Елена Скалацкая
Мастер

26

Как исполнить свои желания легко и быстро? Занимательное целеполагание

Когда приходит какое-либо огромное желание в жизнь человека, вместе с этим приходит и избыток энергии для действия. Думаю, вы испытывали подобное состояние, когда хочется горы перевернуть, хочется всем рассказать, внутри распирает от ощущения чего-то громадного, а сердце готово ну просто выпрыгнуть из груди… Знакомо?

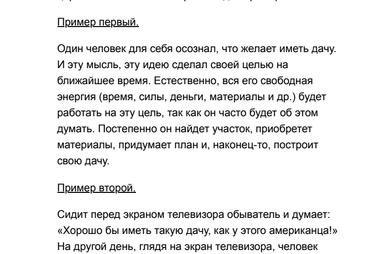


Фото: pixabay.com

В такие моменты человек думает, что вот оно, долгожданное мое. Побегу выполнять. И бежит, и спотыкается, падает, и… перестает стремиться к своему желанию. Как же все-таки реализовать желание «без царапин на коленках»? Сравним два примера.

Пример первый.

Один человек для себя осознал, что желает иметь дачу. И эту мысль, эту идею сделал своей целью на ближайшее время. Естественно, вся его свободная энергия (время, силы, деньги, материалы и др.) будет работать на эту цель, так как он часто будет об этом думать. Постепенно он найдет участок, приобретет материалы, придумает план и, наконец-то, построит свою дачу.

Пример второй.

Сидит перед экраном телевизора обыватель и думает: «Хорошо бы иметь такую дачу, как у этого американца!» На другой день, глядя на экран телевизора, человек думает: «Неплохо бы иметь такой большой и красивый сад, как у этого англичанина! Хочу такой же!» Еще через день: «Хорошо бы вот так же комфортно путешествовать на собственном автомобиле! Хочу такой же джип!»

Этот человек не сможет реализовать ни одно из своих желаний. Почему? Потому что, не имея четкой, ясной и конкретной цели, этот индивидуум попросту распыляет свою энергию по разным направлениям. Хочется и того, и другого, и третьего.

Напрашивается весьма важный вывод о целеполагании.

Фото: Depositphotos

Без постановки цели не происходит ее концентрация и накопление. Если бы этому человеку удалось собрать всю эту энергию вместе (не распыляться), то, скорее всего, любое из этих желаний можно было бы осуществить.

Верна поговорка: «Лучше плохой командир (или план), чем никакого».

- **Итак, ставить цель полезно для того, чтобы упорядочить мысли, подчинить их одной идее, сконцентрировать энергию на одной задаче.** Чем больше энергии, тем скорее состоится воплощение идеи, реализация мечты.

Есть некоторые правила в постановке целей. Я позволю себе предложить вам всего лишь два, но, на мой взгляд, очень важных правила. Если их не соблюдать, ничего страшного, в общем-то, не произойдет. Но тогда насколько дольше вы будете осуществлять свое желание? И еще неизвестно, осуществите ли вообще?

Более чем уверена, что вы их уже знаете. Но **знать** и **делать** — это совершенно разные глаголы, и означают они не одно и то же.

1. Цель нужно написать на бумаге — это первый шаг к материализации любого желания.

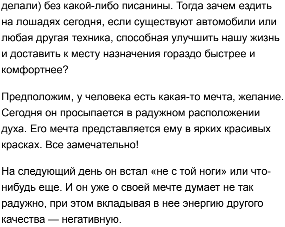


Фото: Depositphotos

Если вы смогли выразить ваше желание на бумаге, смогли его сформулировать, значит, вы точно знаете, чего хотите. А если вы знаете, чего желаете, то этого можно достичь. Не всегда просто и легко, но возможно.

Да, вы вправе возразить, что знаете людей, которые достигали своих мечтаний (а может, вы и сами это делали) без какой-либо писанины. Тогда зачем ездить на лошадях сегодня, если существуют автомобили или любая другая техника, способная улучшить нашу жизнь и доставить к месту назначения гораздо быстрее и комфортнее?

Предположим, у человека есть какая-то мечта, желание. Сегодня он просыпается в радужном расположении духа. Его мечта представляется ему в ярких красивых красках. Все замечательно!

На следующий день он встал «не с той ноги» или что-нибудь еще. И он уже о своей мечте думает не так радужно, при этом вкладывая в нее энергию другого качества — негативную.

А вот если человек написал свою цель на бумаге, то, с какой бы ноги он ни встал, он прочитает слова, а слова-то не изменились и не изменятся ни сегодня, ни завтра, ни во веки веков. Все! Запечатлено! И энергия не меняется. Слова влияют на энергию.

А еще, если дать почитать свои цели нашим близким и друзьям, тем людям, которые только поддержат, то, прочитав нашу цель, они в нее добавят свою энергию точно такого же качества.

Поверьте, что это работает! Это сработало в жизнях многих и очень многих людей. Только не пренебрегайте такими, казалось бы, маловажными мелочами. Результаты показывают, что любая мелочь может оказаться наиглавнейшим звеном.

2. Ваши цели следует писать в настоящем времени.

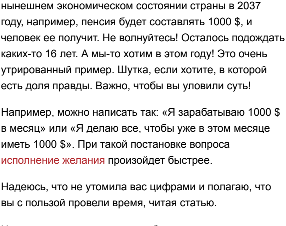


Фото: Depositphotos

Представьте себе, человек пишет в своих целях: «Я буду зарабатывать 1000 $ в месяц». Прекрасная цифра, отличное желание. Цель написана, повешена на стену, проходит месяц, два, три, полгода… а ничего в жизни не меняется. Почему?

Потому что ученые головы подсчитали, что при нынешнем экономическом состоянии страны в 2037 году, например, пенсия будет составлять 1000 $, и человек ее получит. Не волнуйтесь! Осталось подождать каких-то 16 лет. А мы-то хотим в этом году! Это очень утрированный пример. Шутка, если хотите, в которой есть доля правды. Важно, чтобы вы уловили суть!

Например, можно написать так: «Я зарабатываю 1000 $ в месяц» или «Я делаю все, чтобы уже в этом месяце иметь 1000 $». При такой постановке вопроса исполнение желания произойдет быстрее.

Надеюсь, что не утомила вас цифрами и полагаю, что вы с пользой провели время, читая статью.

Напоследок пожелаю вам, чтобы все ваши самые смелые желания поскорее стали реальностью! Теперь вы знаете, **как** это сделать! Осталось всего лишь — **сделать**!

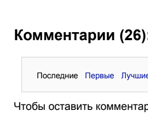
Теги: **исполнение желаний**, **целеполагание**, **важные правила**, **постановка целей**

Комментировать 26 | Оценить

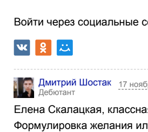
Статья опубликована в выпуске 9.07.2007
Обновлено 3.02.2021

Что еще почитать по теме?

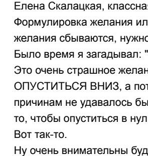
Какими должны быть правильные кардиотренировки?



Как оздоровить организм с помощью интервального голодания?



Технология SMART. Как сделать планирование эффективным?



Как мечтать, чтобы сбывалось?

Больше публикаций ▾

Комментарии (26):

Последние | Первые | Лучшие

Чтобы оставить комментарий зарегистрируйтесь или войдите на сайт

Войти через социальные сети:

Дмитрий Шостак, Дебютант, 17 ноября 2010 в 14:35, Сообщить модератору
Елена Скалацкая, классная статья 5.
Формулировка желания или цели - САМОЕ ВАЖНОЕ, ведь все желания сбываются, нужно конкретнее формулировать.
Было время я загадывал: "С нуля добиться чего-то, не уточнять".
Это очень страшное желание, так как необходимо было СНАЧАЛА ОПУСТИТЬСЯ ВНИЗ, а потом достигать. А если по каким либо причинам не удавалось быть в нуле, то все действия направлялись, на то, чтобы опуститься в нуль. И потом из него выбираться.
Вот так-то.
Ну очень внимательны будьте!!!

Оценка статьи: 5

0 Ответить

Екатерина Голева, Читатель, 28 марта 2010 в 23:03, отредактирован 24 мая 2018 в 07:11, Сообщить модератору
Кстати, в тему статьи, я встретила настоящую онлайновую Книгу Желаний (www.mywishbook.ru), куда можно как раз написать свои цели и желания, совершенно бесплатно. Меня она привлекает тем, что записи хранятся под моим логином и паролем и никто, кроме меня, их не прочитает. Правда, пока только 2 желания из 7 сбылись, а уже больше 2х месяцев прошло. Там еще есть закрытый онлайновый дневник, я им тоже пользуюсь, рекомендую.

0 Ответить

Правильный Вася, Читатель, 28 ноября 2007 в 13:22, Сообщить модератору
Верно, но я бы вписал еще один очень важный пункт - ревизия целей с последующей корректировкой. Ну и дробление целей на маленькие цели, что облегчает путь и мотивирует двигаться дальше.

Но так и не понял, где же **занимательное** целеполагание, заявленное в заголовке.

0 Ответить

Нина Грищук, Профессионал, 16 октября 2007 в 17:16, Сообщить модератору
Полностью согласна с вами, что все мысли, цели, желания нужно материализовать на бумаге.

0 Ответить

Гюнай Алиева, Дебютант, 8 октября 2007 в 20:18, Сообщить модератору
Очень понравилось. Моя цель, наконец-то пойти учиться заграницу.
Кажется уже получается =)

5! 🙂

Оценка статьи: 5

0 Ответить

Александра Симонова, Мастер, 30 августа 2007 в 10:15, Сообщить модератору
Леночка, как же я пропустила такую замечательную статью? Дельные советы, а главное правильные. спасибо, 5!

0 Ответить

Надежда Огнева, Читатель, 12 июля 2007 в 05:24, Сообщить модератору
А мне, напротив, очень нравится идея Тимура Гагина из его теории (и книги) о достигаторах, выраженная в том, что целей у человека должно быть много, тогда *любое* движение становится ненапрягающим движение к какой-нибудь из целей, в отличии от того, когда мы выбираем что-то одно и долго и трудно "через тернии к звездам" пытаемся этого достичь.

0 Ответить

Владимир Зотов, Дебютант, 13 июля 2007 в 01:10, Сообщить модератору
В тему рекомендую книгу Ога Мандино "Величайший секрет в мире".
Будет Вашим дневником к продвижению к намеченной цели.
Есть в сети - если поискать... Ссылку не помню

Оценка статьи: 5

0 Ответить

Марианна Поникаровская, Профессионал, 13 июля 2007 в 20:40, Сообщить модератору
Я нашла в совем сегменте Ога Мандино "Величайший с в мире торговец". Это другая я так понимаю книга?
Про такую никто не слышал. В инете не искала...ибо денег жалко😎

Оценка статьи: 5

0 Ответить

Владимир Зотов, Дебютант, 13 июля 2007 в 23:05, Сообщить модератору
Марианна, нашел для Вас, где можно качнуть:
http://www.agel-id.ru/file/517_%D0%9E%D0%B3_%D0%9C%D0%B0%D0%BD%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%BE
Хотел выложить себе на сайт, но передумал - не сейчас...
А "Троговца" желательно почитать до "Секрета"

Оценка статьи: 5

0 Ответить

Марианна Поникаровская, Профессионал, 14 июля 2007 в 11:45, Сообщить модератору
Спасибо!🙂

Оценка статьи: 5

0 Ответить

Анна Перевозник, Дебютант, 25 июля 2007 в 13:56, Сообщить модератору
Как всегда, замечательно!
Елена, не устаю восхищаться твоими статьями. Очень стимулирует. В ближайшее время обязательно напишу на бумаге все цели!

Оценка статьи: 5

0 Ответить

Елена Ермолова, Грандмастер, 30 августа 2007 в 07:59, Сообщить модератору
Всё знакомо, но вдруг сработало благодаря простому пояснению: слова-то остаются прежними.
Как мало иногда надо дообъяснить, чтобы знание ожило.

0 Ответить

gloriya aripova, Читатель, 12 июля 2007 в 21:40, Сообщить модератору
Каждому свое. Кому что помогает.

Оценка статьи: 5

0 Ответить

gloriya aripova, Читатель, 11 июля 2007 в 12:51, отредактирован 18 мая 2018 в 05:49, Сообщить модератору
Личну меня день продуктивнее проходит тогда,когда я с вечера напишу план на завтра и стараешься сделать,что запланировала. Но не всегда я его пишу, тогда день " куда ветер подует". Нужно выработать полезные привычки (записи) а для этого нужно работать со своей ленью, подключать силу воли - мне не всегда удается победить себя. иногда идешь на поводу лени.А ваша статья Елена разворачивает меня в нужное направление, дает толчек и стимулирует. Спасибо Вам ! Полезная информация для меня, хотя вроде и не новая, но для того ,чтобы запомнить нужно много раз "питать " свой мозг(восПитание)это для того чтобы запомнить и действовать.

Оценка статьи: 5

0 Ответить

Илья Малышев, Читатель, 9 июля 2007 в 23:39, Сообщить модератору
только 5
Аксиомы поданы профессионалом. Простое блюдо сготовлено мастером. Получилось вкусно. Спасибо.😀

Оценка статьи: 5

0 Ответить

Марианна Поникаровская, Профессионал, 9 июля 2007 в 07:32, Сообщить модератору
Да, быть всегда с блокнотом и ручкой - и прописывать все свои мечты, цели и желания Очень Полезно!
Это эффективно и оно работает!😎

Оценка статьи: 5

0 Ответить

Юрий Дерябин, Дебютант, 9 июля 2007 в 07:09, Сообщить модератору
все правильно!!! Оличная статья! 5! 🙂

Оценка статьи: 5

0 Ответить

Дмитрий Формагин, Читатель, 9 июля 2007 в 07:00, Сообщить модератору
А еще надо ВЕРИТЬ в то, что желание обязательно исполнится.

Оценка статьи: 5

0 Ответить

Надежда Рубцова, Мастер, 9 июля 2007 в 03:19, Сообщить модератору
Пишу: к концу месяца заработать 1000$ 🙂😀 .Бум работать и ждать,может сработает.
Идеи интересные - 5🙂

Оценка статьи: 5

0 Ответить

Эллен Бэлль, Профессионал, 9 июля 2007 в 00:19, Сообщить модератору
5! 🙂

Оценка статьи: 5

0 Ответить

Виктория Бессонова, Профессионал, 2 июля 2007 в 11:40, Сообщить модератору
5+
Почитала и пошла писать ЦЕЛИ! 🙂 Отличная статья! И картинки в тему.

Оценка статьи: 5

0 Ответить

Василий Гончаренко, Профессионал, 25 июня 2007 в 02:29, Сообщить модератору
Интересно! Побуждает к действию!🙂

0 Ответить

Евгения Шаргаева, Профессионал, 22 июня 2007 в 14:24, Сообщить модератору
важная тема...Без цели - нет жизни!!!!

0 Ответить

Галина Москаленко, Мастер, 21 июня 2007 в 00:03, Сообщить модератору
+ 5! Спасибо, Леночка!

По поводу распыления энергии.
Когда-то ходила на тренинг, включавший и тему "Постановка целей". Нам - совершенно неожиданно - привели в пример басню Крылова "Ворона и Лисица". У Вороны была программа: она "позавтракать уж было собралась". Лиса же сумела вовлечь Ворону в **свою** сложную программу, и намерение Вороны не осуществилось. Словом, учили нас даже в пустяках (собрался ты, например, в магазин) доводить начатую программу до конца, не отвлекаясь и не распыляясь (а то, бывает, позвонит кто-нибудь, и прощай, магазин).

Оценка статьи: 5

0 Ответить

Правильный Вася, Читатель, 28 ноября 2007 в 13:20, Сообщить модератору
Не все нужно доводить до конца. Цели нужно пересматривать.
А то представьте - вы решили построить дом, начали, но тут объявилось наследство в Австралии, вы туда переехали. Будете продолжать строить дом в деревне Крюкино Тобольской волости?

0 Ответить

© 2000–2023 Ежедневный познавательный журнал «ШколаЖизни.ру»

Учредитель — ООО «Квантор»
Адрес учредителя: 198516 Санкт-Петербург, г. Петергоф, Санкт-Петербургский пр., д.60, лит.А, ч.п. 2-Н, оф.432, 434

Издатель — ООО «МЕДИО»
Адрес издателя: 198516 Санкт-Петербург, г. Петергоф, Санкт-Петербургский пр., д.60, лит.А, ч.п. 2-Н, оф.440

Главный редактор - Тимофеева Олеся Владимировна
Адрес редакции: 198516 Санкт-Петербург, г. Петергоф, Санкт-Петербургский пр., д.60, лит.А, ч.п. 2-Н, оф.432, 434
Телефон:+7 812 640-06-60
Электронная почта: hello@medio.pro

Политика конфиденциальности
Пользовательское соглашение

О фотографиях и других изображениях, используемых на сайте.
Мнение редакции не всегда совпадает с точкой зрения авторов статей.
Любая перепечатка возможна только при выполнении условий.
Несанкционированное использование материалов запрещено.
Все права защищены.

Изменить настройки конфиденциальности (только для жителей EEA)